

**OTROS PLANES ESPECÍFICOS  
DEL CENTRO: HABILIDADES  
SOCIALES Y PLAN DE MEJORA  
DE LA CONVIVENCIA**

# HABILIDADES SOCIALES



## FUENTES:

**PROGRAMA DE ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL (PEHIS).** M<sup>a</sup> Inés Monjas Casares. CEPE.

**DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD.** Manual para padres y educadores. Isabel Orjales Villar. CEPE.

**LAS HABILIDADES SOCIALES EN LA ESCUELA 1 Y 2.** M<sup>a</sup> Mercedes Martínez López. PROMOLIBRO.

**HABILIDADES SOCIALES 1 y 2.** Joaquín Fernández Álvarez. Escuela Española.

**HABILIDADES SOCIALES EN EDUCACIÓN INFANTIL. PROGRAMA DE DESARROLLO DE LAS FUNCIONES PSICOLÓGICAS.** Escuela Española.

**SIENDO INTELIGENTE CON LAS EMOCIONES 0,1,2,3.** Antonio Vallés Arandiga. PROMOLIBRO.

**LA ALTERNATIVA DEL JUEGO 1 Y 2.** EDUPAZ.

## HABILIDADES SOCIALES

¿Qué son?

☞ **Conductas verbales y no verbales que facilitan el intercambio social. Es decir, conductas habituales, no esporádicas que hacen más fácil entendernos, ayudarnos, corregirnos mutuamente, defender nuestros derechos y respetar al mismo tiempo los derechos de los demás.**

**Suponen:**

- ✓ Comportamientos adquiridos y aprendidos. No constituyen un rasgo de personalidad.
- ✓ Conductas o destrezas sociales específicas para ejecutar una tarea de índole interpersonal (p. ej.: hacer amigos).
- ✓ El desarrollo de la competencia social de la persona, es decir, la adecuación de las conductas sociales a un determinado contexto social.

### ¿Dónde se aprenden?

Tanto en el ámbito escolar como en el familiar.

**¿Por qué son necesarias?** Porque necesitamos:

- ☞ Relacionarnos adecuadamente
- ☞ Resolver situaciones conflictivas
- ☞ Respetar las ideas de los demás
- ☞ Defender nuestros derechos
- ☞ Estar bien con los demás y ellos con nosotros

**¿Por qué un programa de habilidades sociales en la escuela?**

Cuando un individuo posee una positiva competencia social en su infancia, redundará de manera positiva en su adaptación social, escolar y psicológica. Sobradamente ha quedado demostrada la relación existente entre una alta capacidad social y un positivo rendimiento escolar. La adecuada competencia social en la infancia, está asociada con logros escolares y sociales superiores, con un mayor ajuste personal y social en la vida adulta. , ,

Así pues, **ser socialmente hábil:**

- ☞ Favorece la socialización infantil
- ☞ Aumenta el rendimiento intelectual
- ☞ Crea mayores interacciones positivas
- ☞ Amplía la aceptación de los demás hacia nosotros
- ☞ Permite emitir respuestas afectivas y apropiadas
- ☞ Aumenta el reforzamiento social

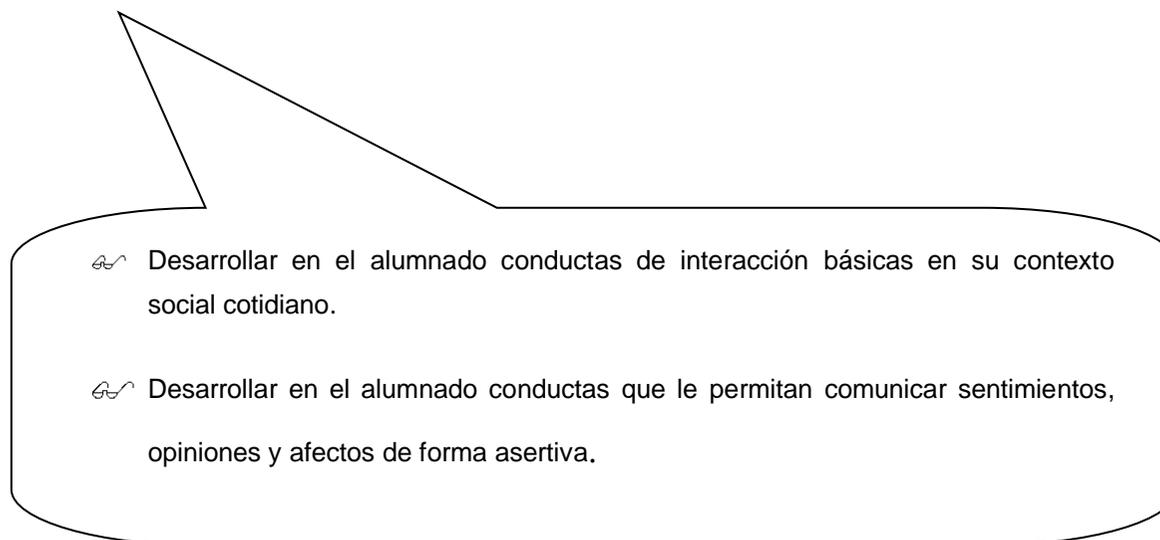
**Ser socialmente inhábil:**

- ☛ Favorece la baja autoestima
- ☛ Disminuye los reforzadores sociales positivos
- ☛ Propicia la agresividad
- ☛ Crea frustración
- ☛ Favorece el retraimiento
- ☛ Aumenta las dificultades de adaptación
- ☛ Favorece la aparición de problemas psicológicos

La escuela como institución, junto a la familia y en coordinación con ella, puede promover la competencia social de su alumnado a través de la enseñanza/aprendizaje de las Habilidades Sociales y conscientes de la importancia de este hecho, son cada vez más los profesionales de la enseñanza que se preocupan de incorporar su entrenamiento al ámbito escolar.

El entrenamiento en habilidades sociales, está dirigido a niños en la escuela infantil y primaria. Puede dirigirse a niños "sin problemas" como estrategia educativa para aumentar su competencia social y para prevenir diferentes problemas. También debe utilizarse con niños con déficit en el repertorio conductual, siendo en este caso una estrategia de intervención de enseñanza de comportamientos interpersonales adaptativos y de modificación de comportamientos inadecuados.

## I. OBJETIVO



## II. CONTENIDOS

Habilidades Básicas de interacción social	Habilidades para hacer amigos	Habilidades conversacionales
<ul style="list-style-type: none"> <li>. Sonreír y reír</li> <li>. Saludar</li> <li>. Presentaciones</li> <li>. Favores</li> <li>. Cortesía y amabilidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Reforzar a los otros</li> <li>. Iniciadores sociales</li> <li>. Unirse al juego con otros</li> <li>. Ayuda</li> <li>. Cooperar y compartir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Iniciar conversaciones</li> <li>. Terminar conversaciones</li> <li>. Unirse a la conversación de otros.</li> <li>. Conversaciones de grupo</li> </ul>
Habilidades relacionadas con las emociones, sentimientos y opiniones	Habilidades de solución de problemas interpersonales	Habilidades para relacionarse con los adultos
<ul style="list-style-type: none"> <li>. Autoafirmaciones positivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Identificar problemas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Cortesía con el adulto</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>. Expresar emociones</li> <li>. Recibir emociones</li> <li>. Defender los propios derechos</li> <li>. Defender las propias opiniones</li> </ul>	<p><b>interpersonales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Buscar soluciones</b></li> <li>. <b>Anticipar las consecuencias</b></li> <li>. <b>Elegir una solución</b></li> <li>. <b>Probar la solución</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Refuerzo al adulto</li> <li>. Conversar con el adulto</li> <li>. Peticiones al adulto</li> <li>. Solucionar problemas con adultos</li> </ul>
--	---	---

### **HABILIDADES BASICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL**

Son habilidades y comportamientos básicos para relacionarse con cualquier persona en interacciones afectivas y de amigos, como en otro tipo de contactos personales. Muchas veces se olvidan porque parecen obvias y se consideran como conductas de formalidad pero se ha constatado la importancia que tienen en las interacciones del niño y adolescente. Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Sonreír y reír.
- ✓ Saludar.
- ✓ Presentaciones.
- ✓ Favores.
- ✓ Cortesía y amabilidad.

### **HABILIDADES PARA HACER AMIGOS**

Son cruciales para el inicio, desarrollo y mantenimiento de interacciones positivas y mutuamente satisfactorias con los iguales. Implica satisfacción mutua, placer y contribuye al adecuado desarrollo social y afectivo del niño. Los niños que tienen amigos presentan una mayor adaptación personal y social. El niño habilidoso en esta área recibe mayor cantidad de respuestas y propuestas sociales positivas de los compañeros. Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Reforzar a los otros.
- ✓ Iniciaciones sociales: implica relacionarse con una persona a través de una actividad o una conversación.
- ✓ Unirse al juego con otros.
- ✓ Ayuda.
- ✓ Cooperar y compartir.

### **HABILIDADES CONVERSACIONALES**

Permiten al niño iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otras personas. Son el soporte fundamental de las interacciones con otras personas, para que estas sean efectivas. Por medio de la expresión verbal expresamos nuestros sentimientos, negociamos un conflicto, interactuamos con el otro. En la infancia, la conversación, no es solo un medio esencial de participación, sino de aprendizaje.

Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Iniciar conversaciones.
- ✓ Terminar conversaciones.
- ✓ Unirse a la conversación de otros.
- ✓ Conversaciones de grupo.

### **HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS, EMOCIONES Y OPINIONES**

Relacionadas con la conducta asertiva o asertividad, es decir, aquella que implica la expresión directa de los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de los otros.

La persona asertiva, protege sus propios derechos y respeta los derechos de los otros, consigue sus objetivos, es expresiva emocionalmente, se siente bien con ella misma y hace que los demás valoren y respeten sus deseos y opiniones.

Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Autoafirmaciones positivas
- ✓ Expresar emociones
- ✓ Recibir emociones
- ✓ Defender los propios derechos
- ✓ Defender las propias opiniones

### **HABILIDADES DE PROBLEMAS INTERPERSONALES.**

Constituyen un importante mediador del ajuste comportamental y social, se aprende a través de la experiencia. El objetivo es que el niño aprenda a solucionar por él mismo y de forma constructiva y positiva los problemas interpersonales que se le plantean en relación con otros niños. Los principales

problemas que se plantean son los siguientes:

- ✓ Aceptación, rechazo o negativa.
- ✓ Agresión, ataque físico o verbal.
- ✓ Apropiación de pertenencias y objetos personales.
- ✓ Acusación, violación de tus derechos y necesidad de ayuda.

Esta área comprende las siguientes habilidades:

- ✓ Identificar problemas interpersonales.
- ✓ Buscar soluciones.
- ✓ Anticipar consecuencias.
- ✓ Elegir una solución.
- ✓ Probar la solución.

El proceso a realizar se establece de la siguiente forma:

1. Controlar el impulso inicial.
2. Identificar y definir el problema.
3. Buscar alternativas.
4. Anticipar consecuencias.
5. Elegir una solución.
6. Poner en práctica y probar la solución.
7. Evaluar los resultados obtenidos.

## **HABILIDADES PARA RELACIONARSE CON LOS ADULTOS**

Implica relación con personas de estatus superior en el sentido de mayor edad, autoridad, etc., por lo que es necesario que los niños tengan claro que la relación que mantienen con los adultos es distinta a la que mantienen con niños. Esto no ha de suponer que estas relaciones sean de dependencia, sumisión para el niño, sino por el contrario sean relaciones positivas para ambos.

Hay niños que interactúan inadecuadamente con el adulto, los niños con problemas de competencia social, tienen más relación con el adulto pero en tono más negativo (reprimendas, sanciones, etc.), no interactúan bien y utilizan modelos inapropiados de relación con ellos como son: buscar continuamente la relación, relacionarse solo cuando lo exige la actividad o cuando se necesita ayuda y evitar en lo posible la relación con el adulto.

Estas habilidades, están muy relacionadas con el área de defender los propios derechos de forma asertiva y positiva. Estas habilidades son de esencial importancia y en ocasiones se omiten de todo programa de habilidades sociales sin darnos cuenta que son un elemento de prevención y de entrenamiento para mejorar y evitar muchos de los conflictos que surgen a diario, tanto en la escuela como en la familia.

En esta área se incluyen las siguientes habilidades de interacción social:

- ✓ Conversar con el adulto.
- ✓ Cortesía con el adulto.
- ✓ Reforzar al adulto.
- ✓ Peticiones al adulto.
- ✓ Solucionar problemas con adultos.

Son muy importantes para en ocasiones, la relación adulto-niño es inadecuada, en ocasiones al adulto le cuesta aceptar que los niños tienen derecho a hacer peticiones

#### **CÓMO LO EVALUAREMOS:**

Mediante la observación conductual, el informe de otras personas y el autoinforme.

## TÉCNICAS QUE VAMOS A UTILIZAR EN EL ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES SOCIALES:

### 1. Instrucción

La sesión de entrenamiento empieza con un comentario del educador sobre la conducta que va a ser objeto de aprendizaje. En esta instrucción es importante:

- La presentación e identificación de la conducta propuesta a través de ejemplos.
- Una vez que el educador ha comprobado que los niños entienden la conducta a tratar en la sesión, es útil discutir entre todos las razones por las que es bueno mostrar este tipo de habilidad o conducta.
- Es importante que los niños se impliquen, para ello el educador les hará preguntas sobre cómo se sintieron ellos cuando actuaron inadecuadamente.

### 2. El modelado

Puede realizarse mediante la actuación del educador o bien mediante la exposición de modelos (grabados en video).

Una forma de hacer es que el educador seleccione una serie de ejemplos de situaciones con las preguntas, respuestas o intervenciones adecuadas que deberían formularse.

### 3. Ensayo conductual. Role-playing. Dramatizaciones

El siguiente paso importante es que los niños ejecuten el componente durante una interacción práctica. Existen varias formas de realizar este ensayo:

- Verbalización de ejemplos.
- Interacciones simuladas. Role-playing. Dramatizaciones

### 4. Reforzamiento del educador. Retroalimentación o Feedback

El reforzamiento consiste en decir o hacer algo agradable al niño después de una buena ejecución.

**En la retroalimentación o feedback, el educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Cuanto más detallado o específico sea, más probable será que los niños mejoren su ejecución.**

**El Educador debe procurar que el feedback sea un reforzamiento positivo de los aspectos valiosos manifestados por cada niño. Debe centrarse en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil. No obstante, acto seguido a de pasar a comentar lo que hace que esa conducta siga siendo aún deficiente.**

#### **5. Transferencia. Tareas para casa.**

No existe aprendizaje si no existe transferencia de esa conducta en el tiempo a otros contextos y a situaciones específicas. Se trata de conseguir esta transferencia a través de dos etapas o fases de entrenamiento principalmente:

- **Transferencia a nuevas situaciones** en la que los niños practican la habilidad social aprendida en situaciones distintas. Un procedimiento es presentar al alumno situaciones de práctica, nuevas y distintas. A través de la observación, el educador estará en condiciones de saber si los niños son capaces de aplicar sus nuevas habilidades bajo situaciones distintas.

- **Tareas para casa** en las que se comenta con los niños el nombre de las personas con quienes practicarán la habilidad, los niños informarán de cómo les fueron las tareas. El educador deberá obtener detalles sobre lo que sucedió exactamente y cuidar de que cada niño sea recompensado apropiadamente por dicha tarea.

#### NOTA MUY IMPORTANTE:

**El programa de habilidades sociales que se presenta a los profesores, está expresado en un lenguaje, que abarca edades comprendidas entre la infancia y la adolescencia. Básicamente los contenidos de trabajo son los mismos, pero ES NECESARIO QUE AL LLEVARLO A LA PRÁCTICA, EL PROFESOR ADAPTE EL LENGUAJE AL NIVEL EDUCATIVO DE LOS ALUMNOS CON LOS QUE SE VA A TRABAJAR.**

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	1. FAVORES

ADAPTACIÓN DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA DE HABILIDADES SOCIALES DE INTERACCIÓN SOCIAL (PEHIS). M<sup>a</sup> Inés Monjas Casares. CEPE

**OBJETIVO:** *Que el/la alumno/a, al relacionarse con otras personas, pida y haga favores en las situaciones oportunas.*

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** En la relación cotidiana con otras personas es muy necesario saber pedir y hacer favores. Esto ayuda a que la convivencia sea más agradable.

Las personas que piden y hacen favores correctamente que formulan su petición claramente y de manera cordial, resultan agradables y positivas para los demás.

**Introducción:** La profesora en asamblea comenta con los alumnos si saben lo que significa hacer / pedir un favor, a quién se lo han pedido, qué favores han hecho, etc. Es importante que se haga ver a los alumnos que las personas que piden y hacen favores correctamente que formulan su petición claramente y de manera cordial, resultan agradables y positivas para los demás.

#### **Pasos conductuales:**

Para **Pedir un favor**, es preciso:

1. Determinar que se necesita pedir un favor y a qué persona se lo vamos a pedir.
2. Formular nuestra petición de forma correcta con expresión verbal adecuada (clara y sencilla) y expresión no verbal y corporal acorde (mirada, sonrisa, tono cordial) agradeciendo de entrada la acogida y la actitud de la otra persona.  
«... necesito...que me hagas un favor. Ocurre que... y te pediría que tú... Eres un sol por atenderme»

3. Agradecer cordialmente el favor que nos han hecho, resaltando algo positivo de la otra persona. «Gracias, preciosa. Te lo agradezco infinitamente».

Para **Hacer un favor**, los pasos a seguir son:

1. Escuchar la petición de la otra persona. Prestar atención y pedir aclaración, si es necesario.
2. Hacer el favor de la mejor manera posible. Hacer lo que nos piden con buen talante.
3. Negamos adecuadamente cuando consideremos que se nos hace una petición poco razonable.

## **2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

### **Ejemplos sugeridos para Modelado**

- Laura te pide prestado el diccionario de inglés porque ella se ha olvidado de traerlo.
- Blanca te pide que la dejes esta tarde los apuntes de matemáticas porque los suyos están muy desordenados. Mañana tenéis examen y tú también quieres estudiar.
- Pides a la profesora que te preste un libro para leer en casa.
- Tu padre te pide que le acompañes a unos recados. Estas viendo un documental muy interesante.

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Hacer una práctica entre los alumnos con distintas situaciones reforzando las actitudes positivas que encontremos.

## **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**Informar al niño de lo que hace bien. Reforzarle positivamente (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

## **5. TAREAS PARA CASA.**

- Pedir tres favores a miembros de tu familia.

**C. P. "PEDRO BRIMONIS"** *Humanes de Madrid*

- Pedir un favor a un vecino/a con el/la que no tienes mucha confianza.
- Hacer al menos tres favores a tus compañeros y compañeras de clase.
- Hacer un favor a una profesor/a.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	2. CORTESÍA Y AMABILIDAD

ADAPTACIÓN DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA DE HABILIDADES SOCIALES DE INTERACCIÓN SOCIAL (PEHIS). M<sup>a</sup> Inés Monjas Casares. CEPE

**OBJETIVO:** Que el/la alumno exhiba conductas de cortesía y buena educación al relacionarse con otras personas.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** Es muy importante ser cortés y educado cuando nos relacionamos con otras personas porque nos hacemos agradables y la gente nos quieren más.

**Introducción:** En asamblea la profesora habla con los alumnos sobre lo que entienden que es ser cortés, educado o amable, que hacen ellos cuando quieren ser amables, como son las personas que ellos consideran amables; que hacen, que dicen, etc.

#### **Pasos conductuales:**

Para comportarse con **Cortesía y Amabilidad** hay que:

1º. Mirar a la otra persona.

2º. Decir una frase o expresión verbal adecuada a cada caso: *gracias! por favor, disculpe; lo siento; perdón.*

3º. Acompañar la expresión verbal con gestos y expresión no-verbal apropiada: sonrisa, gestos de manos, tono de voz, postura, distancia con la otra persona, etc.

### 2. MODELADO

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

#### **Ejemplos sugeridos para Modelado:**

- Estás en el patio y cuando vas jugando, sin querer chocas con otra niña. Quieres pedirle disculpas.
- Necesitas una pintura que tú no tienes en ese momento; Luis-Carmelo que está a tu lado sí la tiene. Quieres pedírsela.

- Cuando entras en la fila desde el patio, involuntariamente pisas a un profesor que es muy serio. Quieres disculparte.
- Laura te ayuda a mover la mesa para ponerla en un sitio más adecuado. Quieres agradecersele.
- Entras en el autobús y la parte delantera está llena de gente; atrás está muy vacío. Quieres pasar atrás.

### **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

### **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

### **5. TAREAS PARA CASA.**

- Observar a otras personas y elaborar una lista de las frases y expresiones amables que han utilizado.
- Pedir las cosas por favor en el comedor del colegio.
- Disculparse, excusarse y pedir permiso a profesores en las situaciones apropiadas.
- Observar a compañeros y compañeras de la clase cuando han mostrado conductas de cortesía; posteriormente habrá que recordar qué hicieron, cómo y cuándo.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	3. EXPRESAR / RECIBIR EMOCIONES

**ADAPTACIÓN DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA DE HABILIDADES SOCIALES DE INTERACCIÓN SOCIAL (PEHIS). M<sup>a</sup> Inés Monjas Casares. CEPE**

**OBJETIVO:** Que el alumno en situaciones interpersonales, exprese, identifique y responda de modo adecuado a sus emociones, sentimientos y afectos y a los de los demás.

**1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD****Justificación:**

Expresar emociones significa saber comunicar a otras personas cómo nos sentimos, qué emociones tenemos para que la otra persona reaccione adecuadamente.

Recibir emociones significa que nosotros sepamos responder adecuadamente ante las emociones, sentimientos de las otras personas.

**Introducción:** En asamblea el profesor, orientará a sus alumnos en el sentido de ponerse en el lugar de los otros para recibir o expresar sus emociones. Se hará valorar la importancia que supone esta habilidad, tanto para sentirse escuchado, apoyado y comprendido como para que lo estén los demás cuando nos comunican sus emociones.

**Pasos conductuales:**

Para **expresar emociones, sentimientos o afectos** lo que hay que hacer es:

1º. Darse cuenta y notar la emoción. Para ello hay que observarse a sí mismo. ¿Qué me pasa?, ¿qué siento?, ¿qué me digo?

2º. Dar las razones, las causas y los antecedentes de esa emoción. ¿Por qué me siento así? Me siento así porque..., ¿qué ha ocurrido antes?, ¿qué hice?, ¿qué dije?, ¿qué dijo o hizo la otra persona?

3º. Expresar esa emoción o sentimiento con expresión verbal adecuada y lenguaje corporal oportuno. Esto supone:

- Buscar el lugar adecuado
- Describir breve y claramente cómo te sientes
- Dar las razones y causas de ese sentimiento (si es oportuno)

- Agradecer a la otra persona por escucharte

4º. Buscar modos para:

- Mantener y/o intensificar la emoción (si es positiva).

- Reducir y/o eliminar la emoción (si es negativa), a través de autocontrol, pedir ayuda, relajación.

Para **responder a las emociones**, sentimientos y afectos de otra persona hay que:

1º. Identificar emociones y sentimientos positivos y negativos en las otras personas:

- Observando lo que la otra persona hace, mirando su expresión corporal (cara, manos,...)

- Escuchar lo que la otra persona te dice. Permitir que la otra persona exprese sus sentimientos y te comunique la emoción: ¿qué dice?, ¿cómo habla?..

2º. Ponerse en el lugar de la otra persona para comprender sus sentimientos.

3º. Responder adecuadamente, con expresión verbal y lenguaje corporal ¿Qué se puede hacer para que la otra persona se sienta mejor?

## 2. MODELADO

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

(a) las señales corporales que acompañan a la emoción (expresión facial, gestos corporales, respiración, movimientos).

(b) los pensamientos que acompañan a la emoción (¿qué me digo a mí mismo?, ¿qué pienso?).

(c) los sucesos antecedentes que han desencadenado la emoción.

### Ejemplos sugeridos para Modelado:

- El profesor te ha felicitado públicamente por tu trabajo de sociales. Estás muy contento y quieres contárselo a tu amiga.

- Estás preocupado y disgustado porque Javier te ha acusado de algo que tú no has hecho. Quieres que Javier sepa que estás disgustado.

- Enma está extraña. Quieres saber que pasa. Tratas de ponerte en su lugar.

- Mª Pili se ha enfadado contigo y te esta "echando una bronca"

## 3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

#### 4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK

**Informar al niño de lo que hace bien. Reforzarle positivamente (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

#### 5. TAREAS PARA CASA

- Di y/o escribe tres cosas por las que tú te sientas alegre, preocupada, triste, rabiosa, feliz, etc.
- Expresar enfado a un amigo por algo que te ha hecho y no te ha gustado.
- Observar y/o anotar como te sientes después de una crítica.
- Ser "detective" y adivinar como se sienten y se encuentran las personas que nos rodean (familia, amigos, profesores o vecinos).

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	4. SOLUCIONAR PROBLEMAS INTERPERSONALES

**ADAPTACIÓN DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA DE HABILIDADES SOCIALES DE INTERACCIÓN SOCIAL (PEHIS). M<sup>a</sup> Inés Monjas Casares. CEPE**

**OBJETIVO:** Que el alumno resuelva problemas interpersonales que tiene cuando se relaciona con otros.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** El entrenamiento en la resolución de problemas constituye una estrategia muy positiva, no sólo porque el alumno aprende a manejarse en situaciones de conflicto con otras personas, sino porque además, le ayuda a completar y favorecer su pensamiento reflexivo.

**Introducción:** El profesor en asamblea hace preguntas, para que los alumnos identifiquen problemas que habitualmente tienen en su relación con otros niños. Nos centraremos en concreto, en un problema del día de hoy o lo más cercano posible, y dialogaremos para que el niño/a especifique y formule el problema, los sentimientos y pensamientos que tienen en esa situación, los sentimientos y pensamientos que cree que tiene la otra persona, los motivos que lo han podido originar, las posibles soluciones que puede tener y la búsqueda de la mejor solución para resolverlo.

#### **Pasos conductuales:**

Para **resolver problemas interpersonales** es necesario:

1º. Controlar el impulso inicial. **Detenerse y pensar antes de actuar.**

2º. Identificar y definir el problema que se tiene: **¿Cuál es el problema?**

- ¿Qué ha ocurrido?
- Los motivos. Causas
- ¿Qué piensa cada uno?
- ¿Qué siente cada uno? Emociones. Estados de ánimo
- Definir objetivos: lo que queremos conseguir ante la situación conflictiva

3º. Buscar muchas alternativas de posibles soluciones: ¿**Qué se puede hacer?**

4º. Pensar en las posibles consecuencias (positivas/negativas) de cada una: ¿**Qué ocurriría si yo...?**

5º Seleccionar la mejor solución: ¿**Cuál es la mejor solución?**

- ☞ Que sea razonable
- ☞ Justa
- ☞ Que resuelva el conflicto
- ☞ Que beneficie a todos

6º. **Ponerla en práctica.**

7º. **Evaluar los resultados** obtenidos.

El profesor guiará al alumno para que diferencie entre:

- inicio del conflicto por él mismo
- inicio del conflicto por otros y respuesta que da cuando otro le arremete, provoca o rechaza.

## **2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

### **Ejemplos sugeridos para modelado:**

- A María le tiran del pelo para hacer rabiar.
- Álvaro lleva gafas con cristales gruesos y algunos compañeros se ríen de él. ¿Qué puede hacer Álvaro? ¿Y los demás?
- En el comedor del colegio a Ana le han escondido la cartera. Sabe quien ha sido.
- Luisa y Fernando se llevan mal. Se insultan a menudo. ¿Qué puede hacer cada uno de ellos?

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**En la retroalimentación o feedback, el educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

## **5. TAREAS PARA CASA**

- Escribir/decir problemas que has tenido en los últimos días con otros niños.
  
- Observarse a sí mismo: lo que haces, dices, piensas, sientes cuando tienes problemas con otros niños.
  
- Observar a otros niños/adultos en situaciones conflictivas. Interpretar como se siente la otra persona.
  
- Comentar con otros niños o adultos de confianza algún problema que te preocupe.
  
- Pensar o hacer una lista con muchas alternativas para solucionar un conflicto con tus padres/profesores. Valorar la mejor de todas ellas y ponerla en práctica.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	5. AUTOAFIRMACIONES POSITIVAS

**OBJETIVO:** Que el alumno se diga a sí mismo y exprese ante los demás afirmaciones positivas sobre sí mismo en situaciones apropiadas.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** Decir cosas positivas de nosotros mismos es muy importante porque hace que nos sintamos bien, nos valoraremos y nos daremos ánimos a nosotros mismos. Si Estas cosas se las decimos a los demás, nos valorarán y nos hará sentir seguros con confianza para emprender cosas nuevas con un enfoque agradable sobre lo que se emprende y lo que ya se ha logrado ya que construye la confianza en uno mismo y favorece la autoestima.

Decir cosas negativas nos impide ver realmente cómo somos y nos bloquea para emprender nuevas cosas con confianza en que lo lograremos.

**Introducción:** En asamblea, el Profesor orientará a los alumnos sobre la aplicación de esta habilidad en su vida, pondrá ejemplos de autoafirmaciones positivas y negativas para que vayan discriminando entre ellas como:

- ¿Te dices alguna vez cosas bonitas de ti mismo?
- ¿Qué cosas te dices?
- ¿Cómo te sientes?
- ¿Te dices cosas como “qué bien lo hago, “me esfuerzo mucho y lo he logrado”?
- ¿Te dices cosas como “soy un desastre, “ya he vuelto a meter la pata” “lo hago fatal”?
- ¿Se las dices alguna vez a otras personas?
- ¿Qué les dices?
- ¿Cómo te sientes?

#### Pasos Conductuales:

**Para hacer autoafirmaciones positivas ante otras personas hay que::**

- 1º. Determinar si es el momento y lugar adecuados para decir algo positivo sobre uno mismo.
- 2º. Decir una frase o expresión verbal que afirme algo agradable de uno mismo (p. ej. soy muy trabajadora).
- 3º. Utilizar lenguaje corporal y comunicación no verbal acorde a la expresión verbal (expresión de cara agradable, voz firme y cordial –no chuleos- , contacto ocular).
- 4º. Ser sinceros, honestos y justos en las cosas positivas que decimos.

Para **aumentar las veces en que uno de dice a sí mismo cosas positivas** (y por lo tanto reducir las cosas negativas y desagradables que uno se dice), lo que se puede hacer es:

- Hacer una lista con las cosas positivas que sabemos que tenemos.
- Leerla frecuentemente.
- Aumentarla con cosas nuevas cada día.
- Interrumpir los pensamientos negativos sobre uno mismo.

## **2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

## **5. TAREAS PARA CASA**

- Mandar que los alumnos hagan durante el fin de semana una lista con 5 cosas positivas de uno mismo.
- Poner la lista en un sitio visible de su habitación.
- Leerla varias veces al día. Ponerse una señal cada vez que se vaya teniendo un pensamiento positivo
- Incrementarla con las cosas que se les vayan ocurriendo.
- Traer al colegio para leer en la siguiente asamblea.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	6. SALUDOS

**OBJETIVO:** Que el alumno salude a niños y adultos en situaciones apropiadas

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** Los saludos son manifestaciones verbales y no verbales en las que se reconoce y se acepta que se tiene una actitud positiva hacia la otra persona.

**Introducción:** En una primera asamblea, la profesora hará valorar a sus alumnos la importancia de esta habilidad con preguntas del tipo "A quién has saludado hoy, dónde, cómo,..."

Se hará notar cómo resulta gratificante que nos saluden y a la vez cómo nos molesta que alguien conocido no lo haga cuando pasa a nuestro lado.

También se dirá que algunas veces no nos saludan porque no nos ven o porque les da un poco de vergüenza hacerlo.

#### **Pasos conductuales:**

- Para saludar: Acercarse a la otra persona sonriendo y mirándola a la cara.
- Decir frases de saludo como: ¡Hola!, ¡Buenos días!, ¿cómo estás?
- Utilizar gestos como dar una palmada, un beso, estrechar la mano"
- Mostrar un gesto positivo donde se traslade el sentimiento de alegría que nos produce encontrar a esa persona.
- Responder correctamente a lo que la otra persona nos vaya diciendo.

### 2. MODELADO

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

### 3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

#### 4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

#### 5. TAREAS PARA CASA

- Anotar cuántas veces al día saludas a otros niños y niñas.
- Anotar de qué maneras lo has hecho.
- Tuviste alguna conversación después del saludo.
- ¿Crees que la otra persona se alegró igual que tú de haberos visto?
- Responder correctamente a lo que la otra persona nos vaya diciendo.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	7. PRESENTACIONES

**OBJETIVO:** Que el alumno se presente a sí mismo, responda adecuadamente cuando se presenten y haga presentaciones de otras personas.

## 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

### Justificación:

Las presentaciones son fórmulas que utilizamos para relacionarnos con otras personas para conocernos o para que se conozcan entre ellas.

**Introducción:** En una primera asamblea el Profesor orientará a sus alumnos poniendo ejemplos de situaciones reales que se hayan dado en presencia de ellos como cuando se incorpora un alumno nuevo a la clase.

### Pasos Conductuales:

Para **presentarse** ante otras personas:

- Mirar a las personas y saludarlas.
- Decir tu nombre y algún otro dato que te identifique.
- Explicar por qué te interesa presentarte a esa persona, cuáles son tus deseos, intenciones,...

Para **responder** cuando te presentan

- Mirar a la otra persona.
- Iniciar un saludo.

Para **presentar** a otras personas que no se conocen

- Decir su nombre y luego el de la otra persona.
- Decir algo positivo de las personas que presentas y que pudieran ser del interés de los otros.
- Utilizar un gesto amable y cordial.

## 2. MODELADO

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

**Ejemplos para el modelado:**

- Un niño nuevo en la clase o en el barrio donde se vive.
- Una invitación a un cumpleaños
- La formación de algún equipo o grupo de trabajo.

### **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

### **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

### **5. TAREAS PARA CASA**

- Observar en otras personas qué hacen o cómo responden en una presentación.
- En el fin de semana presentarse ante otros niños o adultos anotando la fórmula que se empleó.
- Presentar a tus padres algún amigo que no conozcan.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	8. INICIAR UNA RELACIÓN UNIRSE AL JUEGO CON OTROS

**OBJETIVO:** Que el alumno inicie interacciones de juego, conversación o actividad con otros niños.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** Esta habilidad es muy importante para los niños ya que les permitirá relacionarse con otras personas, conocer gente y hacer amigos y amigas. Si un niño sabe como establecer contacto, cómo iniciar interacciones, no se aburre, puede jugar con los demás y puede aprender cosas de ellos.

**Introducción:** En una primera asamblea la profesora hace ver a los alumnos la importancia de empezar una relación con otra persona, lo bien que se pasa juntos, lo que se aprende juntos, etc. y lo importante que es para iniciar una relación no quedarse quieto sin decir nada, siendo mejor, dirigirse a los otros niños y decirles lo que queremos, aunque cueste al principio. Si no les decimos lo que queremos, ellos no lo podrán adivinar.

#### Pasos conductuales:

Para **iniciar** una relación o **unirnos al juego de otros**:

1. Decidir con que niños o grupo de niños quieres hablar, jugar o hacer algo.
2. Elegir el momento y el lugar adecuado. Acercarse, observar.
3. Acercarse, mirar y sonreír.
4. Decir algo que ayude a iniciar el contacto:
  - un saludo: ¡hola!
  - una presentación: me llamo....
  - para entrar en conversación: cómo te llamas, dónde vives, eres nuevo...
  - hacer una invitación: ¿quieres jugar conmigo? ¿Quieres ver este libro que tengo?
5. Una vez que se ha entrado en el juego, la conversación, etc., hay que contestar y responder adecuadamente, participar correctamente. Al principio es conveniente imitar lo que hacen los otros, no proponer cambios bruscos.

6. Decir algo agradable y agradecer que nos hayan dejado participar.
7. Si no nos responden o nos dan una negativa, podemos estar tranquilos, buscar otra estrategia, insistir pero sin molestar, buscar a otras personas.

**Si otro niño quiere unirse a nuestro juego:**

1. Le aceptamos cordialmente su entrada (si os parece bien) y le decimos: ¡Vale! ¡Por supuesto!
2. Si por lo que sea no queremos que entre, lo expresamos de modo cordial dando las razones de la negativa y disculpándose: lo siento el juego ya ha empezado” “no queremos que juegues porque nos rompes los juguetes”

**2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

**3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

**4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

**5. TAREAS PARA CASA**

- En el recreo empezar a hablar con otros niños de otras clases y unirse al juego con ellos.
- Observar a niños que juegan y ver que hacen cuando otro niño quiere entrar en su juego.
- En el fin de semana practicar en el parque con otros niños.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	9. INICIAR, MANTENER y TERMINAR CONVERSACIONES

**OBJETIVO:** Que el alumno sepa iniciar, mantener y terminar conversaciones con otros niños de forma adecuada y cordial.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** Las habilidades conversacionales son el soporte fundamental de las interacciones con otras personas, para que estas sean efectivas. Por medio de la expresión verbal expresamos nuestros sentimientos, negociamos un conflicto, interactuamos con el otro. En la infancia, la conversación, no es solo un medio esencial de participación, sino de aprendizaje.

**Introducción:** El diálogo en la asamblea se dirige hacia la importancia de conversar adecuadamente con otros. El profesor preguntará a los alumnos sobre cómo se inicia una conversación, lo que hacemos para iniciarla, para mantenerla y para terminarla.

#### **Pasos conductuales:**

Para **iniciar una conversación** hay que hacer las siguientes cosas:

1. Decidir y elegir la persona con la que se va a hablar, el momento y el lugar adecuado y el tema de conversación.
2. Acercarse a la otra persona y dirigirse a ella de forma correcta: mirarla, sonreír, saludar, presentarse (si es desconocida).
3. Utilizar una conducta verbal y no verbal (gestual, corporal) ajustada con el mensaje o tema que queremos transmitir.

Para **mantener la conversación** (una vez iniciada):

1. Recibir y comprender lo que dice el otro:
  - a). Escuchar lo que te dice:
    - prestarle atención
    - dar señales de escucha activa: "sí, sí,..." , movimientos afirmativos de cabeza, parafrasear, ..
  - b) Escuchar cómo te lo dice

- sentimientos y emociones del otro, ¿cómo se siente?
  - identificar indicios para continuar la conversación, cambiar de tema o cortar.
- c) hacer preguntas si no se entiende algo

2. Responder a lo que te dice el otro y expresar lo que tú piensas y sientes.

3. Formas de mantenimiento de la conversación:

- por turnos: hablar, escuchar, preguntar, explicar,...
- haciendo todo lo posible por sentirlos a gusto los dos: sonreír, cordialidad, tono amistoso,...
- Cambiar de tema cuando se considere oportuno (por aburrimiento, delicadeza, repetición,..)

Para **terminar la conversación**:

1. Exponer a la otra persona que tienes que terminar la conversación (dar razones). Excusarse.
2. Si se estima así, decir a la otra persona que habéis disfrutado con la conversación. Comunicarle que os gustaría volver a hablar con ella , si puede.
3. Despedirse

Para **responder a otro compañero que quiere hablar con nosotros** hay que:

- ... responder al saludo
- ... responder a la iniciación que el otro niño nos hace
- ... disculparse si no se puede o no se quiere conversar
- ... agradecerle su invitación a hablar

## 2. MODELADO

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos:

- . Ha llegado un compañero nuevo a clase después de las vacaciones y quieres hablar con él.
- . Tienes un problema y quieres hablar con una amiga para que te de su opinión.
- . María está aburrida con la conversación que tiene con sus amigas porque no le interesa mucho, quiere cortar y proponer un juego

### **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

### **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

### **5. TAREAS PARA CASA**

- En el recreo iniciar una conversación con un niño de otra clase.
- Observar, con discreción, los gestos y lo que hacen dos personas que mantienen una conversación, comprobar las diferentes conductas cuando se habla y cuando se escucha.
- Terminar conversaciones: con un niño con el que no quieres hablar y una conversación agradable.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	10. HABILIDADES PARA HACER AMIGOS Iniciadores sociales

**OBJETIVO:** Que el alumno inicie interacciones de juego conversación o actividad con otros niños en la clase, el colegio o la comunidad.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** Los iniciadores sociales constituyen toda una serie de conductas para empezar a relacionarse con los otros, conocer gente y hacer amigos, lo cual es fundamental para el desarrollo emocional e intelectual del alumno.

**Introducción:** Cuando queremos relacionarnos con alguien, no tenemos que quedarnos quietos y sin decir nada, los otros niños, si no le decimos nada, no saben que queremos hablar, jugar o hacer algo con ellos. Hablar con los niños de la importancia de relacionarse con otros y hacer amigos.

#### **Pasos conductuales:**

Para **iniciar una relación** con otro niño hay que:

1. Decidir y elegir la persona con la que se quiere hablar, jugar o hacer algo
2. Elegir el momento y el lugar adecuado
3. Acercarse a la otra persona mirarla y sonreír
4. Decir algo que ayude a iniciar la relación:
  - saludar: ¡Hola!
  - presentarse: me llamo.....
  - entrar en conversación con ella: ¿cómo te llamas? ¿dónde vives?.....
  - hacer una invitación explícita: ¿quieres jugar conmigo?....
5. Una vez que se ha empezado el juego, la conversación o la actividad hay que contestar y responder adecuadamente, de forma que todo resulte agradable y se pase bien
6. Si la otra persona no nos responde, nos rechaza, o nos da una negativa, algunas alternativas son: insistir, cambiar de táctica, pedir que juegue o haga

algo diferente, buscar otra persona, etc.

## **2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

## **5. TAREAS PARA CASA**

- En el recreo iniciar juegos con niños de otras clases.
  
- En el fin de semana iniciar relaciones en el parque con otros niños de tu edad.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	11. HABILIDADES PARA HACER AMIGOS Cooperar y compartir

**OBJETIVO:** Que el alumno cuando se relacione con otros niños, coopere con ellos y comparta sus cosas.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** En la relación con otras personas es necesario poner en juego una serie de conductas y habilidades de cooperación y de compartir. La relación con los demás supone reciprocidad, intercambio, colaboración y cooperación para la realización de una actividad común. Compartir supone dar de lo nuestro poner a disposición de los demás, prestar, saber dejar y recibir.

**Introducción:** En la conversación con los alumnos les pediremos ejemplos de actividades que han realizado de forma cooperativa, trabajos cooperativos, conductas de compartir, qué es lo que más les cuesta compartir con los demás etc.

#### **Pasos conductuales:**

Para **Cooperar y Compartir** con otros niños hay que hacer muchas cosas entre las que señalamos:

- Participar activamente en la actividad facilitando su desarrollo. Por ejemplo: ofrecer sugerencias para realizar la actividad, aceptar las sugerencias y peticiones de los otros, aportar ideas nuevas para mejorar la actividad, secundar iniciativas de los otros, etc.
- Pedir ayuda y ser sensible a las necesidades de los otros. Ofrecer apoyo, ayuda y responder a las necesidades y peticiones de ayuda de los otros.
- Seguir las normas que se han establecido
- Participar con un tono amistoso, cordial, positivo de forma que el contacto llegue a ser agradable y mutuamente satisfactorio y todos los participantes disfruten de la relación.
- Ser buen ganador o perdedor (aceptar la derrota, felicitar al ganador)
- Ofrecer y prestar tus objetos personales a los otros.
- Utilizar adecuadamente y cuidar los objetos personales que te prestan los demás.

Cuando hablemos de prestar algo a los demás se destacarán las actitudes de:

- hacerlo de buena gana (hoy por ti mañana por mi)
- explicar a la otra persona el modo de utilización del objeto prestado (si procede) y cuando lo tiene que devolver.

## **2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos:

- . A un compañero se le han olvidado el estuche y necesita pinturas
- . Dejas prestada la bicicleta a un amigo
- . Estás haciendo un puzle con otros niños. Pones la pieza cuando te toca
- . Hay que ponerse de acuerdo para colocar la clase por rincones

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

## **5. TAREAS PARA CASA**

- Observar a otros niños que cooperan y comparten juegos o actividades. Hacer lo mismo pero con adultos.
- En el fin de semana compartir objetos personales, propina o juguetes con otros niños.
- En el trabajo de clase cooperar con otros compañeros.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	<b>12. CONVERSACIONES DE GRUPO</b>

**OBJETIVO:** Que el alumno participe adecuadamente en conversaciones de grupo.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** Aprender a conversar en grupo es imprescindible en el contexto escolar. Es necesario dialogar con los alumnos sobre los pasos adecuados para adquirir esta habilidad.

**Introducción:** En asamblea, se hace ver la necesidad y la importancia de establecer unos criterios para participar en la conversación del grupo, se piden ejemplos de cómo creen que hay que hacer, otros de hacerles ver lo que hacen cada uno cuando intervienen en la conversación grupal, etc.

#### Pasos conceptuales:

Para **participar en una conversación de grupo** es necesario:

1. Escuchar lo que se dice. Esto implica:
  - escuchar atentamente sin interrumpir
  - tolerar y respetar las ideas de los otros. Escuchar las ideas y opiniones aunque no se compartan
  
2. Intervenir en la conversación. Esto supone:
  - Exponer correctamente las propias ideas y opiniones:
    - o Ser breve, claro, conciso, no repetirse ni enrollarse
    - o Hacer comentarios y observaciones relevantes sobre el tema
    - o Utilizar un lenguaje corporal acorde (tono de voz, contacto ocular)
    - o Manifestar acuerdo o desacuerdo de modo amistoso y cordial
  
  - Intervenir en el momento adecuado, es decir cuando te han dado el turno de palabra y cuando viene a cuento por el desarrollo de la conversación.

3. Respetar las normas establecidas por el grupo, por ejemplo: levantar la mano para pedir la palabra, respetar el turno, ser breve, etc.

## **2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Ejemplos para el modelado:

- debatir un hecho ocurrido en clase o en el colegio.
- Hablar sobre un tema de actualidad

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

## **5. TAREAS PARA CASA**

- Hacer una lista de situaciones en las que has participado últimamente en conversaciones de grupo fuera del colegio.
- Participar durante el fin de semana en una conversación de grupo
- Observar en la televisión un debate o discusión y recordar o anotar lo que se ha hecho adecuadamente y lo que no ha sido adecuado según los pasos dados.

	<b>Trabajo en el centro</b>
	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
	13. DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS

**OBJETIVO:** Que el alumno defienda sus derechos adecuadamente en las situaciones en que no son respetados.

### 1. COMPONENTES Y PASOS CONDUCTUALES ESPECÍFICOS DE LA HABILIDAD

**Justificación:** La defensa de los propios derechos incluye habilidades como: dar una negativa y decir no a otras personas, hacer y responder a quejas y reclamaciones, hacer peticiones o ruegos y pedir que otras personas cambien su conducta.

El niño que no sabe defender sus derechos, resultará avasallado y amenazado y los demás no le respetarán.

El niño que sistemáticamente adopta posturas de pasividad e inhibición cuando sus derechos son violados, se encontrará descontento y se valorará poco; los otros se aprovecharán de él y le tratarán injustamente.

El niño que defiende y hace valer sus derechos, se valora a sí mismo y hace que los demás le valoren más, le tengan en cuenta y respeten sus deseos y sus gustos.

La defensa de nuestros derechos implica respetar los derechos de los demás.

Importancia de responder adecuadamente ante la defensa que las otras personas hacen de sus derechos.

**Introducción:** En asamblea de aula hablar con los alumnos sobre los puntos anteriores.

#### **Pasos conductuales:**

Para **defender los propios derechos** es necesario:

1. Conocer tus derechos
2. Darse cuenta de que en esa situación no te están respetando
3. Comunicar a la otra persona que quieres que se respeten tus derechos: es decir, hay que dar una negativa, expresar una queja, para ello, es necesario:
  - . buscar el momento y el lugar adecuado
  - . utilizar expresión verbal correcta: expresión directa, clara y sin rodeos
  - . utilizar lenguaje corporal seguro: voz firme y tranquila, contacto ocular, distancia cercana al interlocutor.
4. Pedir un cambio en su conducta: hacer sugerencias o peticiones para que la otra persona actúe de forma que respete tus derechos.

5. Agradecer a la otra persona el que te haya escuchado.

Para **responder a la defensa de los derechos** que hacen los demás:

1. Escuchar con atención e interés lo que dice la otra persona
2. Ponerse en su lugar y comprender su punto de vista.
3. Controlar el enfado y/o la sensación desagradable que nos produce escuchar lo que nos dice la otra persona.
4. Actuar en consecuencia:
  - ceder si es necesario y hacerlo de buen grado
  - negarse si no es oportuno lo que nos pide la otra persona

## **2. MODELADO**

El profesor, elige una situación concreta y hace el modelado, verbalizando en voz alta las preguntas que se hace a sí mismo para poner en práctica la habilidad social.

Es importante que el profesor modele expresiones y modismos que se pueden utilizar en estas situaciones:

“perdona, pero ahora no puedo ir...”

“lo siento, hoy no puedo.....”

¿te importaría dejar de...?; me estás molestando. Gracias”

## **3. ENSAYO CONDUCTUAL. ROLE-PLAYING. DRAMATIZACIONES**

Los alumnos practican mediante dramatizaciones distintas situaciones para poner en práctica la habilidad.

## **4. REFORZAMIENTO DEL EDUCADOR. RETROALIMENTACIÓN O FEEDBACK**

**El educador informa a los niños de lo que han hecho bien citando ejemplos del empleo adecuado. Debe ser un reforzador positivo (decir algo agradable al niño) y estar centrado en algo que los niños hayan hecho bien, aunque sea sólo haberse esforzado por seguir ensayando en una situación difícil.**

## **5. TAREAS PARA CASA**

- Defender tus opiniones

- Peticiones a los adultos
- Realizar una queja

### **DERECHOS ASERTIVOS**

1. Tienes derecho a ser juez de tus propias emociones, pensamiento y comportamiento así como de la ejecución y consecuencias de lo que sientes, piensas y haces.
2. No tienes que dar excusas a todo el mundo por lo que haces.
3. Si las cosas van mal, no es necesariamente por culpa tuya.
4. Puedes cambiar de opinión si te sientes incómodo.
5. Cuando cometes un error puedes admitirlo sin avergonzarte.
6. No tienes obligación de saberlo todo, puedes decir no lo sé sin sentirte mal.
7. No tienes por que ser amigo de todos, ni tiene por que gustarte lo que todo el mundo hace.
8. No tienes por qué demostrar a nadie que tienes razón.
9. No tienes que entenderlo todo y puedes decir no lo entiendo sin sentirte mal.
10. No es necesario que seas perfecto, y no tienes por que sentirte mal cuando eres simplemente tú.

**PROYECTO "HABILIDADES SOCIALES"**

**OBJETIVOS:**

- Conocer por parte de todos qué es la mediación.
- Definir el propósito, alcances del proyecto y el compromiso para llevar a cabo el mismo.
  - a. Renovar a los miembros del equipo coordinador.
  - b. Informar a los padres para conseguir su participación en el proyecto.
  - c. Capacitar al alumnado en la mediación escolar.
  - d. Trabajar en las aulas la educación para la paz.
  - e. Seleccionar a los alumnos a través de los resultados obtenidos en "Socioescuela" y formarlos.
  - f. Organizar tiempos y espacios en que se llevará a cabo la mediación.
  - g. Evaluar y mantener el seguimiento del proyecto.
- Desarrollar en el alumnado conductas de interacción básicas en su contexto social cotidiano (entre iguales y con los adultos).
- Desarrollar en el alumnado conductas que le permitan comunicar sentimientos, opiniones y afectos de forma asertiva.

**INDICADOR DE LOGRO:** Se ha mejorado la convivencia en el centro, reduciéndose en un 15% el número de partes de incidencia con respecto al curso pasado. No se ha dado ningún caso de acoso escolar.

<b>ACTUACIONES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dotar a los alumnos de las herramientas básicas para relacionarse de la manera adecuada con otras personas.</li> <li>● Favorecer la socialización infantil.</li> <li>● Detectar los posibles casos de acoso escolar.</li> <li>● Crear mayores interacciones positivas.</li> <li>● Fomentar respuestas afectivas y apropiadas.</li> <li>● Aumentar el reforzamiento social.</li> </ul>
--------------------	--

TAREAS	TEMPORALIZACIÓN	RESPONSABLES	INDICADOR DE SEGUIMIENTO	RESPONSABLE CONTROL CUMPLIMIENTO DE TAREA	RESULTADO TAREA (1 al 4)			
					EI	1º, 2º y 3º	4º, 5º y 6º	CENTRO
Las Habilidades Básicas de interacción social.	De Octubre a Junio.	Equipo Directivo. Claustro. Alumnos Prosociales.	Se mejora la interacción con los demás: saludo, presentación, cortesía y amabilidad.	Tutores. Equipo Directivo. Alumnos Prosociales.				
Las Habilidades para hacer amigos.			Se coopera y se comparte. Se une al juego con otros.					

<p><b>Las Habilidades conversacionales.</b></p>				<p>Se inician y terminan conversaciones. Se resuelven de manera positiva los conflictos. Se mejoran las conversaciones de grupo.</p>					
<p><b>Habilidades relacionadas con las emociones, sentimientos y opiniones.</b></p>				<p>Se expresan emociones. Se defienden los propios derechos y las opiniones propias.</p>					
<p><b>Habilidades de solución de problemas interpersonales.</b></p>				<p>Se identifican los problemas. Se buscan soluciones. Se anticipan las consecuencias. Se eligen y se prueban las soluciones.</p>					
<p><b>Habilidades para relacionarse con los adultos.</b></p>				<p>Se mejoran las conversaciones con los adultos. Se hacen peticiones a los adultos. Se mejora la solución de problemas con los adultos.</p>					
<p><b>RESULTADO:</b></p>	<p>GRADO DE CONSECUCCIÓN DE LO PLANIFICADO 1-2-3-4</p>	<p>DISFUNCIONES MÁS SIGNIFICATIVAS</p>	<p>CAUSAS Y FACTORES</p>	<p>LOGROS</p>	<p>PROPUESTAS DE MEJORA</p>				
<p><b>OBSERVACIONES:</b> Plan a desarrollar teniendo como ámbito de trabajo referencial el plan de mejora de la convivencia reflejado con anterioridad.</p>									

CONSECUCIÓN DE OBJETIVOS Y RESULTADOS ALCANZADOS	Ed. Infantil				1º, 2º y 3º Ed. Primaria				4º, 5º y 6º Ed. Primaria			
	Alto	Medio	Escaso	Nada	Alto	Medio	Escaso	Nada	Alto	Medio	Escaso	Nada
Desarrollar en el alumnado conductas de interacción básicas en su contexto social cotidiano (entre iguales y con los adultos).												
Desarrollar en el alumnado conductas que le permitan comunicar sentimientos, opiniones y afectos de forma asertiva.												
Favorecer la socialización infantil.												
Aumentar el rendimiento intelectual.												
Crear mayores interacciones positivas.												
Ampliar la aceptación de los demás hacia nosotros.												
Permitir emitir respuestas afectivas y apropiadas.												
Aumentar el reforzamiento social.												

<b>PLAN DE MEJORA DE LA CONVIVENCIA</b>								
<b>OBJETIVO: Fomentar la mejora de la convivencia escolar contribuyendo a la construcción activa de un entorno de convivencia positivo.</b>								
<b>INDICADOR DE LOGRO: Conseguir reducir el número de conflictos entre el alumnado y mejorar la convivencia.</b>								
<b>ACTUACIONES</b>	<b>1. Vehicularizar una línea de actuación común para el fomento de la mejora de la convivencia del alumnado.</b>							
	<b>2. Dotar a los alumnos de las herramientas básicas para relacionarse de la manera adecuada con otras personas.</b>							
	<b>3. Desarrollo de talleres específicos.</b>							
	<b>4. Puesta en común de actividades en la Comisión de Convivencia.</b>							
	<b>5. Favorecer la socialización infantil.</b>							
	<b>6. Crear mayores interacciones positivas para fomentar respuestas afectivas apropiadas.</b>							
	<b>7. Aumentar el reforzamiento social.</b>							
<b>TAREAS</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>INDICADOR DE SEGUIMIENTO</b>	<b>RESPONSABLE CONTROL CUMPLIMIENTO DE TAREA</b>	<b>RESULTADO TAREA</b>			
<b>Establecer diferentes actividades consensuadas por la Comisión de Convivencia con carácter quincenal/mensual en función de la actividad.</b>	De octubre a mayo.	Todos los maestros del Centro.  Comisión de Convivencia.	Se consensuan y ponen en práctica diferentes actividades con carácter quincenal/mensual con todo el alumnado del centro.  Se realizan talleres específicos en el alumnado de Educación Primaria.  Se han puesto en práctica diferentes aspectos de la disciplina positiva en el aula diariamente en Educación Infantil.  Se realizan talleres específicos en el alumnado de Educación Infantil.	Todos los maestros del centro.  Comisión de Convivencia.  Equipo Directivo.	1	2	3	4
<b>Realización de talleres UNAF en Educación Primaria.</b>	Enero y febrero.				1	2	3	4
<b>Puesta en práctica de los diferentes aspectos de la disciplina positiva en aula de forma diaria en Educación Infantil</b>	De octubre a junio.				1	2	3	4
<b>Realización de sesiones periódicas para la mejora de la convivencia en el aula.</b>	De octubre a mayo.		Se evalúan las actividades realizadas por los Equipos Docentes y por los miembros de la Comisión de Convivencia.		1	2	3	4
<b>Puesta en común, seguimiento y evaluación de actividades por parte de los Equipos Docentes y de la Comisión de Convivencia.</b>	De octubre a mayo.				1	2	3	4

PFC "Emociones y disciplina positiva"	De octubre a mayo.	Docentes participantes en el PFC	<p>Se ha puesto en práctica contingencia elaborado Se han proporcionado ideas, recursos y metodologías tomando como referencia los contenidos abordados.</p> <p>Se han explorado y puesto herramientas y guías de trabajo para la implantación de la disciplina positiva.</p> <p>Se ha mejorado la coordinación del profesorado para la puesta en práctica de un enfoque común en el centro.</p> <p>Se ha diseñado recursos para su aplicación en el aula.</p> <p>¿Responde a las necesidades reales del centro?</p> <p>¿Se ajustan las actividades al nivel del alumnado?</p> <p>¿Las actividades son funcionales, atractivas y lúdicas?</p> <p>¿Los materiales responden a las necesidades del alumnado?</p> <p>¿Se mejoran la convivencia en el centro?</p> <p>Se implican los distintos miembros en la labor educativa adjudicada. Se muestra el grupo cohesionado y existe un buen clima de trabajo.</p>	Coordinadora PFC	1	2	3	4
---------------------------------------	--------------------	----------------------------------	---	------------------	---	---	---	---

			<p>Se respetan y valoran los distintos puntos de vista, dándose un aprendizaje enriquecedor. Se participa con regularidad en las reuniones acordadas.</p> <p>¿Responden a los objetivos propuestos a alcanzar?</p> <p>¿Se les da la utilidad deseada?</p> <p>¿Satisfacen las necesidades específicas del alumnado?</p> <p>¿Ayudan a labor educativa del docente?</p> <p>¿Mejoran el proceso de enseñanza-aprendizaje?</p>					
<b>RECURSOS MATERIALES:</b>	<p><b>Soportes:</b> materiales digitales y audiovisuales, cartulinas, cartones, revistas. <b>Útiles:</b> periódicos, pinzas, palillos, reglas, cartones...</p> <p><b>Materiales:</b> materiales de desecho, cuadernillos, juegos, pinturas, revistas... Ponentes externos.</p>							
<b>METODOLOGÍA</b>	<p><b>Dadas las características del alumnado, los aspectos relacionados con el trabajo de la convivencia se abordarán de manera transversal y durante toda la jornada en el centro. Asimismo, se trabajarán aspectos especialmente relevantes a través de actividades más específicas con una o varias sesiones dedicadas a ello.</b></p>							
<b>RESULTADO:</b>								
<b>OBSERVACIONES:</b>								